



ООО "Комбинат школьного питания"
 МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
 Меню дневного рациона
 на 22.11.2021

Утверждаю:
 Генеральный директор ООО
 "Комбинат Школьного Питания"
 Промышленного района

Согласовано:
 Директор МБОУ Школы
 г.о.Самара

Т.Н. Аврискина

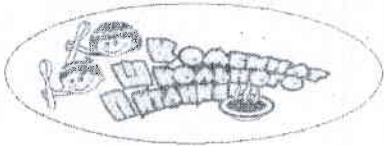
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
15	Сыр порционно.	ккал-52, Белки-4, Жиры-4	
200/10	Каша Дружба вязкая молочная со сливочным маслом	ккал-259, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33	
200	Напиток шоколадный Nesquik	ккал-93, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
50	Апельсин (нарезка)	ккал-19, Углеводы-4	
515	Итого за Завтрак	ккал-567, Белки-15, Жиры-25, Углеводы-70	70-00
<u>Обед</u>			
30	Икра кабачковая	ккал-36, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
250/10/ 1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью укропа	ккал-120, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14	
105	Колобки из мяса цыплят "Школьные"	ккал-157, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-10	
150	Вермишель отварная с маслом сливочным	ккал-180, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-29	
200	Напиток из вишни	ккал-89, Углеводы-22	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
836	Итого за Обед	ккал-800, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-121	90-00
	Итого за день	ккал-1 367, Белки-40, Жиры-49, Углеводы-191	160-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 23.11.2021

Утверждаю:
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района
Т.Н.Аврискина

Согласовано:
Директор МБОУ Школа
г.о.Самара

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
110	Биточки из говядины со сметанно - томатным соусом.	ккал-164, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-13	
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	ккал-243, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-38	
200	Чай с сахаром	ккал-61, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
500	Итого за Завтрак	ккал-612, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-82	70-00
<u>Обед</u>			
30	Огурец консервированный порционно	ккал-3, Углеводы-1	
250/1	Суп картофельный с клецками и зеленью укропа	ккал-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
80	Сардельки отварные	ккал-131, Белки-8, Жиры-11	
150	Капуста тушеная белокочанная	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	Напиток из апельсинов.	ккал-103, Углеводы-26	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
801	Итого за Обед	ккал-714, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-106	90-00
	Итого за день	ккал-1 326, Белки-43, Жиры-45, Углеводы-188	160-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.



ООО "Комбинат школьного питания"
МБОУ Школа № 43 г.о.Самара
Меню дневного рациона
на 24.11.2021

Утверждаю
Генеральный директор ООО
"Комбинат Школьного Питания"
Промышленного района

Согласовано
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

Т.Н. Аврискина

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
10	Масло порционно	ккал-66, Жиры-7	
20	Зеленый горошек порционно	ккал-8, Белки-1, Углеводы-1	
230	Плов из отварной говядины	ккал-369, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-47	
200/7	Чай с лимоном и сахаром	ккал-62, Углеводы-15	
30	Батон пшеничный	ккал-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
497	Итого за Завтрак	ккал-583, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-79	70-00
<u>Обед</u>			
50	Салат из свеклы отварной.	ккал-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	
250/5	Щи из свежей белокачанной капусты с картофелем и сметаной	ккал-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
80	Котлеты из говядины с соусом сметанным с томатом	ккал-131, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре с маслом	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19	
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Углеводы-15	
60	Хлеб пшеничный	ккал-152, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29	
30	Ржаной хлеб.	ккал-67, Белки-2, Углеводы-14	
825	Итого за Обед	ккал-668, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-102	90-00
	Итого за день	ккал-1 251, Белки-36, Жиры-45, Углеводы-181	160-00

Зав. производством

Макарова Е.Е.
Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

Шацкова Т.Ф.
Шацкова Т.Ф.